

Bewegungskalender Herbst/Winter 2021

Start der Erwachsenen-Einheiten am 27.09.2021

Gratisschnupperwoche Kinderturnen von 04.10. bis 07.10.2021

(Änderungen vorbehalten!)

Für alle Einheiten gibt es streng limitierte Teilnehmerzahlen, daher ist eine Teilnahme Corona bedingt nur gegen Voranmeldung und nur gegen Vorlage einer der 3 G's (geimpft, getestet oder genesen) möglich. Sollte es demnächst zu weiteren Verschärfungen im Sport kommen, werden diese Auflagen natürlich angepasst und rechtzeitig bekanntgegeben!

Anmeldung zu den Kindereinheiten per mail an: wsv-tauplitz@aon.at oder online über www.wsv-tauplitz.com;
Erwachseneneinheiten per mail an: info@sonja-irendorfer.at oder online über www.sonja-irendorfer.at

Bilder und aktuelle Infos unter: www.wsv-tauplitz.com oder unter www.sonja-irendorfer.at

Angebot	Ort	Zeit/Veranstalter	Kontakt/durchführender Übungsleiter
MONTAG			
Rücken- und Faszientraining für Erwachsene Gr. I (max. Teilnehmerzahl 10 Personen!) ab 27.09.2021	Turnsaal Tauplitz	08:30 – 09:30 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
Rücken- und Faszientraining für Erwachsene Gr. II (max. Teilnehmerzahl 10 Personen!) ab 27.09.2021		09:30 – 10:30 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
„Kids Aktiv“ Kinderturnen in Knoppen Für 6-10jährige ab 04.10.2021	Turnsaal Knoppen	15:00 – 16:00 Uhr Christine und Vicki	Christine Pranieß 0664 5377589
Kids Aktiv – Kinderturnen in Tauplitz Für 10-14jährige ab 04.10.2021	Turnsaal Tauplitz	17:00 – 18:00 Uhr Felix und Maria	Felix und Maria Geller 0677 6311 5996 oder 0681 10448367
„Jackpot für Damen und Herren“ ab 27.09.2021 Von SV gefördertes Bewegungsprogramm für 30-65jährige Erwachsene mit Schwerpunkt Rumpfkraftigung u. Herz-Kreislauf-Training	Turnsaal Tauplitz	18:00 – 19:00 Uhr Sonja Irendorfer	Sonja Irendorfer Tel. 0664 99 30 289 Limitierte Teilnehmerzahl und nur gegen telefonische Voranmeldung!!
Funktionelles Ganzkörpertraining deepWORK® ab 27.09.2021	Turnsaal Tauplitz	19:00 – 20:00 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
DIENSTAG			
Kort.X® Gehirntraining f. Jugendliche und Erwachsene (ab 28.09.2021!!!!)	Turnsaal Tauplitz	17:30 – 18:15 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
Zirkeltraining für Erwachsene Ab 28.09.2021 (max. Teilnehmerzahl 15 Personen!)	Turnsaal Tauplitz	18:30 – 19:30 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
„Yonga® und Yoga für Einsteiger im Wechsel Entschleunige Deinen Alltag ab 28.09.2021	Turnsaal Tauplitz	19:45 – 20:30 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
MITTWOCH			
Kort.X® Senior Spezial Gehirntraining Ab 29.09.2021 – 10 Einheiten € 110,00	Turnsaal Tauplitz	09.00 – 10.00 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
Eltern-Kind Turnen für 2-3jährige ab 06.10.2021	Turnsaal Tauplitz	14.30 – 15.30 Uhr Felix und Maria	Felix und Maria Geller 0677 6311 5996 oder 0681 10448367
„Kids Aktiv“ Kinderturnen für 4-6jährige ab 06.10.2021	Turnsaal Tauplitz	16:00 – 17:00 Uhr Sandra und Isabell	Sandra Bliem 0676 9189484
„Kids Aktiv“ Kinderturnen für 7-9jährige ab 06.10.2021	Turnsaal Tauplitz	17:30 – 18:30 Uhr Sandra und Isabell	Sandra Bliem 0676 9189484
Rücken- und Faszientraining ab 29.09.2021	Turnsaal Tauplitz	18.45 – 19.45 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
Funktionelles Ganzkörpertraining Deepwork®/Korce® im Wechsel ab 29.09.2021	Turnsaal Tauplitz	19:45 – 21:00 Uhr Sonja Irendorfer	*Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at
DONNERSTAG			
Individuelles Training mit Sonja gegen Voranmeldung, Preis nach Vereinbarung		nach Termin- vereinbarung	Sonja Irendorfer-Bewegt durch's Leben 0664 99 30 289 www.sonja-irendorfer.at

Kosten:

Erwachsene: 10er Block (einlösbar bis Ende Jänner 2022) für Nicht Mitglieder € 110,00 (*WSV-Mitglieder € 95,00)

- bei Besuch einer Doppelstunde (zwei Einheiten hintereinander) Verrechnung von 1,5 Stunden.

- Einzelstunde für Nicht Mitglieder € 12,00 (*WSV-Mitglieder € 10,00); Doppelstunde € 18,00 (WSV-Mitglieder € 15,00)

(Das von den Teilnehmern noch nicht aufgebrauchte Guthaben aus der abgebrochenen Herbstsaison 2020/21 ist noch BIS WEIHNACHTEN gültig und einlösbar!!)

Kinder: KINDERTURNEN BIS START IN SKISAISON GRATIS, nur ÖSV Mitgliedschaft von € 20,00 zu bezahlen!!!!

*Die ermäßigten Preise für WSV Mitglieder gelten bei Bezahlung der unterstützenden Jahresmitgliedschaft von € 20,00/Jahr!